

ВЛИЯНИЕ МУЗЫКИ НА ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ЧЕЛОВЕКА

Белорусский национальный технический университет,

г. Минск, Республика Беларусь

Научный руководитель: канд. псих. наук.,

доцент Островский С. Н.

Музыка, надо полагать, как некое иное искусство, она способна влиять на настроение, порождать его. Все музыкальные композиции можно условно распределить на три раздела: активизирующие, расслабляющие и успокаивающие. Также выделяют тип музыки «для ума» – моделью этого типа могут служить различные додекафонии. Как правило, восприятие музыки тесно связано с когнитивными процессами, такими как внимание, память, мышление, восприятие, пронизательность, сообразительность. Музыкальная композиция, усваиваемая слуховым рецептором, действует на общее состояние всего организма, вызывает реакции, связанные с изменением гемодинамики, дыхания.

С целью изучения психоэмоционального воздействия музыкальных произведений различных жанров на человека, был организован интернет-опрос, в котором приняли участие 52 человека (40 женского и 12 мужского пола).

Как показали результаты проведенного исследования большинство (33 %) слушают музыку различных стилей и направлений, 21 % – рэп, 18 % – популярную, 14 % – тяжелый рок, классику и шансон (по 6 %), джаз – 2 %. Согласно данным интернет-опроса, большинство людей не стремятся вслушиваться в музыку, композиция воспроизводится для шумового фона и для абстрагирования от окружения.

Главный вопрос, на который мы хотели узнать ответ, это вопрос о влиянии музыки на эмоциональное состояние

человека. Так, например, 90,4 % людей являются полностью эмоционально зависимыми от подобного вида искусства, в то время, как 9,6 % не воспринимают музыку как важный фактор, воздействующий на их психоэмоциональное состояние.

Многое определяется общим психоэмоциональным состоянием человека в конкретный промежуток времени. Так, например, человека, находящегося в состоянии неразделенной любви, спокойная музыка вынуждает грустить и все глубже и глубже погружаться в себя, задумываться о происходящем, принимать какие-то решения. Если же ситуация имеет обратную сторону, то человек чаще всего не задумывается о тексте песни, он счастлив, собственно поэтому ритмичная музыка полностью передает эмоциональное состояние внутренней удовлетворенности обстоятельствами [1].

Исходя из вышеперечисленного, можно сделать следующие выводы: музыка, является неотъемлемой частью нашей повседневной жизни и ее влияние на физическое, психологическое, эмоциональное состояние человека неоспоримо.

Воздействие музыки на человека создаёт новую, необычную среду для функционирования психики. Музыка способствует, нормализации психического состояния человека и повышению адаптационных возможностей личности при продолжительном эмоциональном фоне.

Музыкальное воздействие может вызывать как положительное так и отрицательное воздействие на саморегуляцию, настроение и на психику в общем.

ЛИТЕРАТУРА

1. Серебрякова, Е. А. Влияние музыки на психофизическое состояние человека / Е. А. Серебрякова // [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/vliyanie-muzyki-na-psihofizicheskoe-sostoyanie-cheloveka/viewer> – Дата доступа: 15.04.2020.